

«Долголетие» мечты

За четыре года в проекте «Московское долголетие» участвовали сотни пожилых горожан. Для тех, кто продолжает заниматься в вокальных и танцевальных кружках, 29 июля прошёл конкурс. Его победители будут представлять своё поселение уже на городском этапе. Окружной тур проходил на сцене ТЦКТ. В жюри директор «Моего семейного центра» ТиНАО Ольга Антонова.

«Я приглашена как депутат троицкого Совета и теперь уже можно сказать, не имею отношения к проекту «Московское долголетие», – говорит Антонова. – Но поскольку я работала в нём с самого основания, душа моя до сих пор с долголетями. Мне будет тяжело судить выступающих, втайне надеюсь, что победит дружба». Вместе с Ольгой Антоновой в жюри вошли глава города Владимир Дудочкин и замначальника управления соцзащиты населения ТиНАО Анастасия Борисова.

Помериться талантами приехали коллективы из Московского, Щербинки, Воскресенского, Вороновского – всего 18 ансамблей, 82 участника.

Танцы – это жизнь

Первой, с танцем «Прибой», на сцену вышла группа «Экспромт» из Московского. Свой номер они не готовили специально. «Мы же «Экспромт», и танец у нас соответствующий, – говорит участница ансамбля Марина Куртеева. – Разучили его давно, ездили с ним по другим поселениям, выступали, зрителям нравилось». Изначально Марина Куртеева шла в «Долголетие», чтобы научиться

рисовать. А потом познакомилась с Людмилой Козиной, которая ведёт кружок танцев, и начала брать уроки у неё.

Людмила в прошлом спортсменка, но профессионально танцами никогда не занималась. «Никогда не было времени, хотя танцевать очень хотелось, – рассказала она. – А потом появилось «Московское долголетие», и я решила осуществить свою мечту, предложила организовать танцевальный клуб». Коллектив собрался быстро. Сначала все вместе изучали восточные танцы, а потом перешли на разные жанры – латину, рок-н-ролл, народные, классические...

Постоянно развитие

Валерий Орлов из Воскресенского стал единственным мужчиной-вокалистом. Для конкурса он выбрал военную песню «Идёт солдат по городу». И не прогадал: известному хиту советских лет подпевал почти весь зал. Номер стал одним из самых запоминающихся. «В далёкой юности я любил брэнчать на гитаре, петь бластные песни, – рассказал Валерий. – А уже в возрасте, когда перебрался в Воскресенское, пришёл в местный хор».

Три года назад Валерий узнал о проекте «Московское долголетие», не раздумывая записался на актёрское мастерство, а потом и на вокал. Во время пандемии коронавируса посещал кружки онлайн, что приободряло в то непростое время. Сейчас репетиции снова проходят очно, и в репертуаре вокалиста появились композиции советских лет «Незабудка», «Вологда», «Прощай». «В Zoom я продолжаю посещать уроки по здоровому питанию и улучшению памяти, – рассказал Валерий. – А очно занимаюсь настольным теннисом, продолжаю заниматься актёрским мастерством и вокалом. Мне нравится! Это саморазвитие, каждый раз хочется выступить ещё лучше, чем раньше. Да и в музыкальном коллективе у нас в основном женщины, не могу при них упасть в грязь лицом».

Артисты из Троицка

Завершал конкурс вокальный ансамбль из Троицкого музея им. Лялько. Это новый коллектив, которым руководит преподаватель из ДШИ им. Глинки Анна Круглова. «Я хотела подключить своего папу к активной жизни, искала что-то интересное для него и узнала о «Долголетии», – рассказала она. – А потом, разговорившись с другими преподавателями, поняла, что здесь не так много вокальных кружков, я захотела его создать».

Директор музея Оксана Павлова предложила воспользоваться



Поэт Валерий Орлов, Воскресенское

своим залом в доме на Нагорной, 9, и с мая стала собираться группа пения. Её участники развивают голос и осваивают музыкальную грамоту. «За серьёзное многоголосье мы пока не брались, но постепенно начинаем выбирать на сцену, – говорит Анна. – Сегодня исполняем задорную «Московскую кадрили».

Жюри оценивало вокальные и танцевальные навыки артистов, умение держаться на сцене и красиво преподнести свой номер. В итоге наибольшее количество голосов в танцевальном направлении набрал ансамбль «Серебряный век» из Щербинки с ярким цыганским танцем. А среди вокалистов I место у Надежды Медведевой из Воскресенского с песней «Гляжу в озёра синие».

Анна МОСКВИНА,
фото Николая МАЛЫШЕВА

НОВОСТИ

Ещё шаг к «Легенде»

Получено положительное заключение госэкспертизы на 3-й корпус проблемного ЖК «Легенда». Это позволит подать пакет документов, чтобы получить новое разрешение на строительство. Сейчас ведётся строительство 1, 2, 3, 4 и 7 корпусов. Так, на 4-м корпусе смонтирован и поднят на проектную высоту башенный кран, уже четвёртый, установленный на этой стройплощадке.

Юные гости в ТРИНИТИ

В июле ГНЦ РФ ТРИНИТИ посетили студенты образовательного форума «Атомная школа» Росатома / МИФИ, а в июне – школьники, которые занимаются в учебно-методической лаборатории по работе с одарёнными детьми МФТИ. Визит прошёл в рамках программы Росатома по привлечению и отбору талантливых школьников. Они увидели, как разрезают металлоконструкции с помощью мобильного лазерного комплекса, узнали, каким образом ускоряют плазму на квазистационарном плазменном ускорителе и как проводят эксперименты на термоядерной установке «Ангара-5-1».

Часовых дел мастера

Фаблаб «ТехноСпарк» подвёл итоги летних смен, которые проходили в июле. На первой, для 7–9-х классов, участвовали восемь школьников, которые делали электронные часы. «Мы очень много паяли, – рассказывает руководитель фаблаба Ирина Бурдукова. – В спроектированную и распечатанную на 3D-принтере ячеистую структуру нужно было впаять 42 светодиода, при этом сначала залудить 120 перемычек с двух сторон и ещё 120 контактов!» На это ушли первые два дня, дальше были уроки программирования Arduino для создания автономной платы, считающей реальное время, монтаж прототипа, собственная пайка и сборка корпуса из вырезанных на фрезере разноцветных ПВХ-пластин. На второй смене шестеро ребят 5–6-х классов учились 3D-моделированию в среде Tinkercad: проектировали колёса обозрения и придумывали к ним собственные кабинки.

Шахматисты из «Байтика»

С 28 июня по 12 июля 12 юных игроков под руководством Ивана Крылова и Олеси Хоботовой выступили на шахматных сборах в Костроме. Младшему из них, Виктору Матвееву, 7 лет, старшему, Ивану Герасимову, – почти 16. В те же дни проходит крупный шахматный фестиваль – Кубок Волги. Параллельно были игры в футбол, настольный теннис, культурные мероприятия. В детских турнирах своего возраста Виктор Матвеев занял 15 место (из 80), Макар Рыбин – 32 (107), Родион Родионов – 57 (107), все они выполнили норму I юношеского разряда. «У нас растут ребята, которые хорошо смотрятся на всероссийском уровне», – отметил Иван Крылов.

Музыка дождя

Вокалистка троицкого дуэта «Вне времени» Алеан выпустила сольный фортепианный альбом «За гранью дождя». Он готовился в течение нескольких лет, в нём собраны песни разного времени. «Что такое этот дождь? Завеса, граница, пройдя которую, уже невозможно остаться прежним...» – объясняет Алеан смысл названия. На записи, кроме голоса и фортепиано, можно будет услышать флейту, поющие чаши и колокольчики. Презентация альбома будет позже, когда завершится сезон летних фестивалей.

СПОРТ

Пятое золото России

Житель Троицка Илья Безгин стал пятикратным чемпионом России. Спортсмен завоевал золото в эстафетных гонках на чемпионате страны, который прошёл с 18 по 24 июля в Бутурлиновке Воронежской области. Результат, полученный на этих соревнованиях, войдёт в историю лыжероллерного спорта: на золотой пьедестал взойшли сразу две команды. Даже фотофиниш не смог выявить разницу между первым и вторым местом: время оказалось одинаковым до тысячных секунд.

Фотофиниш бессилён

В эстафетных гонках принимают участие команды по два человека. Каждому спортсмену нужно преодолеть по три отрезка в 2,5 км в полуфинале и финале, поэтому общее расстояние довольно солидное – 15 км. Это приличная нагрузка. Илья выступал за сборную Москвы в паре с мастером спорта Антоном Шатагиным. «Мы с ним в команде с 2018 года, – рассказывает Безгин. – И тогда я стал чемпионом России в четвёртый раз. И вот спустя четыре года мы вновь завоевали золото».

Главными соперниками для Безгина и Шатагина стали Иван Анисимов и Андрей Краснов из Северной столицы. «У нас с Санкт-Петербургом, можно сказать, исторически сложившееся дерби, – рассказывает Илья. – Мы боремся на протяжении нескольких лет. В 2018 году выиграли золото мы, а Петербург остался с серебром. В 2020 и 2021 годах мы занимали второе место».

После того как Безгин и Шатагин пришли к финишу в этот раз,

судьи долго не оглашали результат. Сами спортсмены были уверены – первое место завоевали они. И оказались правы. Но вместе с ними абсолютно тот же результат показали и петербуржцы! Не смог выявить победителя и фотофиниш. «Смотрели с пяти камер, и даже тысячные доли секунды не позволили решить, какая из двух команд прошла дистанцию быстрее, – рассказывает Илья. – Это случилось впервые в истории мирового лыжероллерного спорта. С одной стороны, поскольку первых места два, осталось ощущение, что чего-то чуть-чуть не хватило. Но с другой стороны – предыдущие два года мы были вторые, а сейчас стали первыми. А это значит, что мы улучшили свой результат. Со спортивной точки зрения превзошли сами себя».

Тренировки круглый год

В этом году в связи с отстранением команд от международных



Чемпион Илья Безгин

соревнований чемпионат России оказался главным стартом сезона. При этом планы у троицкого спортсмена на ближайшие месяцы весьма серьёзные. Очередной этап Кубка России пройдёт в середине августа в Обнинске, а его финал (и завершение спортивного сезона) будет в конце сентября – начале октября в Заинске.

Подготовка к соревнованиям у Ильи Безгина идёт круглый год. Дважды в день тренировки: утром на лыжероллерной трассе в Одинцове, вечером бег или силовая подготовка на базе «Лесной».

При этом физическая форма – не единственное, что необходимо для достойного результата. Многое зависит, например, от того, насколько правильно спортсмен выбрал колёса для лыж. «Комплектов много, – объясняет Илья. – Они подбираются под вес спортсмена, зернистость трассы, температуру асфальта и другие факторы».

Чемпион и аспирант

Важную роль в жизни пятикратного чемпиона России занимает образование. Безгин окончил РГУФКСМиТ, сейчас учится в аспирантуре ВНИИ физической культуры, пишет кандидатскую работу на тему сравнения способностей лыжников и лыжероллеров. «Мы уже провели несколько экспериментов в лабораториях, – рассказывает он. – Выявляем разницу между способностями членов сборной команд России по лыжным и лыжероллерным гонкам. Делаем прыжковые тесты, тесты на выявление показателей выносливости. В сентябре планирую съездить в Сочи на конференцию, хочу выступить с небольшим докладом, представить мою работу экспертам. Как раз получится туда выбраться между этапом Кубка России и финалом».

Наталья МАЙ, фото автора